

保健体育

Health and Gymnastics

教 授 小野寺孝一 Koichi Onodera

◆ 研究概要

健常者の健康維持や高齢者の介護予防の観点から，主観的強度を指標とした筋力トレーニングの研究を行っている．

◆ 学会報告

- 1) 小野寺孝一，岩岡研典：主観的強度を指標とした筋力トレーニングにおける EMG の所見について．第 62 回日本体力医学会，2007，9，秋田．